

Obsah

WELLNESS

- 8 **Iniciativa** Férový život s vůní třtiny
- 10 **Karolína Kamberská** O hudbě a vaření
- 12 **Potřebujete nakopnout?** Život jako dobrodružství
- 16 **Tajemství hormonů** Co o nich ještě nevíme
- 20 **Čas pro maminky** Jak být klidnější a vyrovnanější

KRÁSA

- 32 **Paletka jarních barev** Nosí se svěží a jemné odstíny
- 38 **Pro citlivky** Být v kůži vlastní kůže není snadné

ŽIVOTNÍ STYL

- 50 **Sláva zašlých časů** Objevte krásu vintage módy
- 52 **Radost pod širým nebem** Užijte si jaro na zahradě a na balkoně
- 54 **Jarní pochoutky s jedlými květy** Je libo černý bez, rebarboru nebo bylinky?
- 62 **Rodina na kapitánském můstku** Dobrodružství v kajutě i na palubě
- 66 **Letem světem** Jaro je plné barev a květů
- 68 Wellness horoskop: Když hvězdy radí
- 70 Zdraví: Vše pro zářivý úsměv